

سکلڈری ہائپرٹینشن (Secondary Hypertension) : دیے تو اسکا شکار مانی صد لوگ ہی ہوتے ہیں۔ جب پرائمری ہائپرٹینشن پر دھیان نہیں دیا جاتا اور بلڈ پریشر بڑھتا جاتا ہے تو جسم کے دوسرے اعضاء پیچھے دل داغ آگھیں گردے انہیں جو خون کی باریک تالیاں دوزخ سے پھٹ جاتی ہے۔ اسلئے پری ہائپرٹینشن ایک طرح کا الارام ہے۔ بلڈ پریشر بڑھنے کے اور بھی وجوہات ہے مثلاً ریڈھکی ہڈیوں میں خرابی کیوجہ سے بھی بلڈ پریشر بڑھ جاتا ہے وغیرہ وغیرہ۔

وہائٹ کوٹ ہائپرٹینشن (White Coat Hypertension) : مریش جب بھی ڈاکٹر کے پاس جاتا تو وہ کافی گھبرایا ہوتا ہے۔ اس وقت ہمیں چاہئے کہ مریش کو کچھ دیر آرام کر لینے دیں بعد میں اس کا بلڈ پریشر چیک کریں۔ اگر بھی بلڈ پریشر بڑھ جاتی ہے

ہائپرٹینشن (Hypertension) کے لئے ٹیسٹ : جب ہم بلڈ پریشر چیک کرتے ہیں تو دیکھتے ہیں آیا کتنا پریشر ہے ایک عام دوائی ہے Hydrochloro Thiazide : ہائپرٹینشن کا زیادہ اسکا دیا جانا ضروری ہے اور دیکھا جاتا ہے کہ آیا پریشر کم ہوتا ہے یا نہیں اگر پھر بھی نابل پریشر نہیں آتا ہے تو سکلڈری ہائپرٹینشن کے شے ضروری ہے۔ جسمیں

(1) E.C.G. الکڑ کا ڈیوٹیگرام دل کی حالت معلوم کرنے کے لئے۔  
(2) پیٹنٹ ٹیسٹ :- اگر پرڈیشن زیادہ ہو تو اسے پروٹین یوریا Proteinurea کہتے ہیں۔ اس ٹیسٹ میں Albumin کی مقدار معلوم کی جاتی ہے۔  
(3) لیپڈ ٹیسٹ (Lipid Test) :- اس میں مریش کے خون میں اچھا کوکسٹرول خراب کوکسٹرول اور اگلی گسٹریڈ معلوم کیا جاتا ہے۔

(4) خون کا شوگر ٹیسٹ : جس میں خون کا شکر سے پہلے اور پھر ناشکر کرنے کے بعد کا میڈل معلوم کیا جاتا ہے۔  
(5) ایکس رے (X ray) کی مدد سے دل کی سونڈ اور Cardic Failom کی جانچ ہوتی ہے۔  
کیا ہم دوائیوں کے بغیر بھی بلڈ پریشر کر سکتے ہیں؟  
جی ہاں بالکل اگر ہم مندرجہ ذیل باتوں پر خاص دھیان دیں تو۔۔۔۔۔

قسمیں	سکلڈری ہائپرٹینشن	mm/Ng ذاتی سکلڈری ہائپرٹینشن
1- لو بلڈ پریشر	90 سے کم	60 سے کم
2- نابل	120	80 اور
3- پری نابل پریشر	120 سے 139	81 سے 89
4- بارڈر لائن ہائپرٹینشن	140	90 اور
5- ہائپرٹینشن	159 سے 191	91 سے 99
6- ہائپرٹینشن	160 سے 179	100 سے 109

نوٹ:- یہاں ”اور“ اور ”یا“ پر خاص دھیان دیں کیونکہ نابل میں تو 120 اور 80 کو ہم ٹھیک کہیں گے پر دوسرے حصوں میں کسی بھی سکلڈری ہائپرٹینشن پر سکلڈری ہائپرٹینشن پر توجہ دینے پر قسمیں تبدیل ہو جاتی ہے۔ جس کی عین سکلڈری ہائپرٹینشن میں 20 اور ذاتی سکلڈری ہائپرٹینشن میں 10 رکھی گئی ہے۔ یعنی سکلڈری ہائپرٹینشن میں 20 کا اضافہ یا ذاتی سکلڈری ہائپرٹینشن میں 10 کے اضافے سے بلڈ پریشر کی قسم تبدیل ہو جاتی ہے۔ اور اس طرح سے دوائیوں کی مقدار بڑھائی یا کم کی جاتی ہے۔

پرائمری یا اسیٹینشل ہائپرٹینشن : Primary or Essential Hypertension

یہ عام مرض ہے تقریباً 90 فیصد مریش اس کا شکار ہوتے ہیں تا معلوم جو بات کی بناء پر یا خون کی تالیوں کے باریک ہوجانے پر جو بلڈ پریشر بڑھ جاتا ہے اسے پری ہائپرٹینشن کہتے ہیں۔ اس میں

(1) خون کی تالیوں میں 40 سے 60 فیصد پریشر بڑھ جاتا ہے اور  
(2) گردوں سے خون لے جانے والی تالیوں کے باریک ہوجانے کیوجہ سے خون میں سے نمک کی اور پانی کی مقدار کا پیچھا میں تبدیل ہوتا کم ہو جاتا ہے۔ کسی کے بھی 55 سال تک یہ بچے پر بلڈ پریشر بڑھ ہی جاتا ہے۔  
اس میں صرف ایک ہی دوائی دی جاتی ہے۔ جس کے بابت یہ ہے کہ اس بلڈ پریشر کے بڑھنے کو بغیر دوائیوں کے ذریعہ ہی کم کیا جا سکتا ہے۔ جسمیں ہمیں ہمارے کھانے پینے کے طور طریقے تبدیل کرنے پڑتے ہیں جسے Lifestyle Modification لایف اسٹائل موڈیفائی کیشن کہتے ہیں۔